



FOCUS ESTONIA

FOCUS ON HEALTH

Õppekava nimetus:	Osteopaatia õppe, II aasta
Õppekavarühm:	teraapia ja taastusravi
Õppe kogumaht, sealhulgas auditoorse, praktilise ja iseseisva töö osakaal:	662 akadeemilist tundi, s.h teoreetiline ja praktiline õpe, millest 180 tundi kontaktõpet ja 300 tundi iseseisvat tööd, praktika 182 tundi.
Õpiväljundid:	<p>Kursuse lõpuks õppija:</p> <ul style="list-style-type: none">- mõistab ajukoljunärvide kraniosakraalse teraapia rakendamise põhimõtteid ja vajadust ning teeb ajukoljunärvide kraniosakraalset teraapiat, rakendades sobivaid tehnikaid vastavalt näidustustele, tuginedes omandatud teadmistele ja oskustele;- mõistab vistseraalse osteopaatia rakendamise põhimõtteid ja vajadust ning rakendab sobivaid tehnikaid väikevaagna organitele ja soonkonna ning endokriinsüsteemi teraapias, vastavalt kliendi seisundile, tuginedes teadmistele ja oskustele vistseraalsest osteopaatiast.- mõistab müofastsiaalse teraapia spetsiifikat ja rakendab sobivaid tehnikaid neuroloogiliste ja müofastsiaalsete probleemide ennetamiseks, häirete tekke põhjuste kaardistamiseks ja juba tekkinud muutuste korrigeerimiseks.- mõistab luusiseste düsfunktsioonide ravi põhimõtteid ja vajadust ning teeb osteopaatilist teraapiat, rakendades sobivaid tehnikaid vastavalt näidustustele, tuginedes omandatud teadmistele ja oskustele;- mõistab liigeste osteopaatilise korrektsiooni rakendamise põhimõtteid ja vajadust ning teeb liigeste osteopaatilist korrektsiooni, rakendades sobivaid tehnikaid vastavalt näidustustele ja vastunäidustustele, tuginedes omandatud teadmistele ja oskustele.
Õppesisu:	<ol style="list-style-type: none">1. Närvi ehitus ja talitus.2. Mehhanismid, mis tekivad närvide pitsumisest.3. Luusiseste närvide pingete leevendamine.4. Kaelaavade vabastamise tehnikad.5. Nelja sõrme tehnika.6. Sigmoid -siinuse tehnika.7. Hü poglossaal-, kolmik- ja vaagusnärvide vabastamine (töö keelega).8. Stülöhüoidlihase vabastamise tehnika.9. Erinevad vaagusnärvi vabastamise tehnikad10. Kõhu diafragma vabastamine.11. Töö söögitoruga.12. Rakendatavad tehnikad adenoidide puhul.13. Näonärvi vabastamise tehnikad.

14. Kolmiknärv.
15. C0, C1 lülide töötlus.
16. Alalõualuu (mediaalne pterigoidlihas) töötlus.
17. Kuklamulgu vabastamine.
18. Töö hamba juurtega (stressi leevendamine pärast hambaravi).
19. Luusisese pinge kõrvaldamine.
20. Kolmiknärv teise haru mõjutamise tehnika.
21. Stressi leevendamise tehnika kuklamulgu kaudu.
22. Põskkoopa ganglioni tehnika.
23. Kõvasuulae vabastamise tehnika.
24. Kuklaluu ja ülemise lõualuu vabastamise tehnika.
25. Okulomotoorsed närvid. (3, 4, 6) Cavernous sinus.
26. Kolmiknärv ja trauma mõju okulomotoorsetele funktsioonidele.
27. Luu tehnikad: eesmise luu joondamine.
28. Kavernoosse siinuse töötlemise tehnikad.
29. Mediaalseina vabastamise tehnika, väikeaju tentorium.
Koobaste ja petroosse siinuse töötlemine.
30. Koobaste siinuse lae vabastamise tehnika.
31. Sügomaatilise luu töötlemine.
32. Nelja arteri tehnika.
33. 2-3 kolmiknärv haru protokoll.
34. Cavernous sinus. Nägemisnärv.
35. Töö silmamunadega.
36. Membraanitehnikad: suurte ja väikeste tiibade töötlemine.
37. Zinni sõrmuse töötlemine.
38. Luusisene tehnika: töö väikeste ja suurte tiibadega.
39. Stressi maandamine Zinni rõnga kaudu.
40. Mõju okulomotoorsetele lihastele.
41. Nägemisnärv vabastamine närvikanalis.
42. Töö okulomotoorse närviga.
43. Spiraaljoone vabastamise tehnika.
44. Silmamuna ja posterokraniaalse süvendi koostoime.
45. Kiasmi ja kuklaliigese lõdvestamine.
46. Haistmisnärv. Etmoidluu.
47. Etmoidluu vabastamine.
48. Otsmikuluu vabastamine etmoidist.
49. Etmoid- ja otsmikuluude kõigutamine.
50. Etmoidluu vabastamine piki kanalit.
51. Etmoidluu raputamise tehnika läbi ava ja glabella.
52. Globaalne tehnika (stressi leevendamine kõikidest luudest: vomer, etmoidluu, otsmik, sülg ja ülemine lõualuu).
53. Vaagna- ja kaelalüli anatoomia ja füsioloogia: emakas, munasarjad, munajuhad, pärasool, põis, eesnääre. Nende organite düsfunktsioonide korrigeerimise osteopaatilised meetodid.
Douglaste ruum: selle tähendus ja selle vabastamise osteopaatilised meetodid.

	<p>54. Vaagna diafragma mõju vaagnaelundite toimimisele. Osteopaatilised meetodid vaagna diafragma nõrkuse ja hüpertoonilisuse parandamiseks.</p> <p>55. Emaka müoom. Osteopaatilised ravimeetodid.</p> <p>56. Munasarja tsüst. Osteopaatilised ravimeetodid.</p> <p>57. Sekundaarne viljatus. Osteopaatilised ravimeetodid.</p> <p>58. Adhesioonid väikeses vaagnas. Osteopaatilised ravimeetodid.</p> <p>59. Eesnäärme adenoom. Osteopaatilised ravimeetodid.</p> <p>60. Keeratud vaagen. Osteopaatilised korrigeerivad meetodid.</p> <p>61. Vaagna sünnitusjärgne korrigeerimine osteopaatiliste meetoditega.</p> <p>62. Luusiseste düsfunktsioonidega töötamise üldmõisted ja põhimõtte.</p> <p>63. Levinumad düsfunktsioonid (nõrkus, puudulikkus, koondamine)</p> <p>64. Ülemiste jäsemetega töötamise tunnused (käe luud, käsivars, õlg).</p> <p>65. Töötamine rindkere luudega.</p> <p>66. Töö rangluu ja abaluuga.</p> <p>67. Töötage selgrooga.</p> <p>68. Luusisene töö ajukolju luudega.</p> <p>69. Alajäsemetega töötamise tunnused (jala-, sääre-, reie luud).</p> <p>70. Müofastsiaalsete ahelate anatoomia ja histoloogia.</p> <p>71. Müofastsiaalsete ahelate vajadus</p> <p>72. Tagumine pindmine müofastsiaalne ahel ja eesmine frontaal müofastsiaalne ahel. Ehitus. Funktsioon. Omavaheline suhe. Nende ahelate roll rinnaküfoosi, kukekannuse, lumbago, osteokondroosi tekkimisel. Diagnoosimine. Korrigeerimise- ja ravi viisid. Ahelate „võtmed“.</p> <p>73. Külj ja süva lihaste-fastsiaalsed ahelad. Ehitus. Funktsioon. Omavaheline suhe. Nende ahelate roll piki-lampjalgsuse ja koksartrosoosi arenemisel. Jalgade X- ja O deformatsioonid.</p> <p>74. Hingamise häired. Süvalihaste-fastsiaalsed ahelad ja mõju teiste ahelate talitlusele. Diagnoosimine. Korrigeerimise ja ravi viisid. Ahelate „võtmed“.</p> <p>75. Spiraalsed ja funktsionaalsed müofastsiaalsed ahelad. Ehitus. Funktsioon. Omavaheline suhe. Nende ahelate roll lumboishialgia, risti-lampjalgsuse, Hallux valguse, vaagna ja rinnakorvi deformatsioonide arenemisel. Diagnoosimine. Korrigeerimise ja ravi viisid. Ahelate “võtmed“.</p> <p>76.</p>
Nõuded õpingute alustamiseks:	Osteopaatia baasõppe
Õppekeskkonna kirjeldus:	õpe toimub Focus Estonia koolitusasutuses, milles on loodud tingimused antud õppe läbiviimiseks koos kõigi vajalike vahenditega (massaažilauad, toolid, arvuti, ekraan, rätikud, jalarullis, kätepaber, desenfitseerimisvahend)
Õppematerjalide loend:	õpetaja poolt koostatud kospektid ja töövihikud.

Lõpetamise tingimused ja väljastatavad dokumendid:	koolitusel õpiväljundid omandanud ning hindamise läbinud õppijale väljastatakse tunnistus. Hindamisel mitteosalenud või hindamist mitte läbinud õppijale väljastatakse tõend.
---	--

Iseseisev töö:

- 1) protseduuri kava koostamine vastavalt eesmärgile ja protokollile;
- 2) protseduuri tegemine vastavalt koostatud kavale ja eesmärgile;
- 3) tehtud protseduuri tulemuste analüüsimine vastavalt omandatud teadmistele ja oskustele;
- 4) töövihiku täitmine.

Praktiline töö: osteopaatiliste tehnikate kasutamine.

Praktika: omandatud tehnikate kasutamine klientide peal ja iga kliendi kohta anamneesi esitamine.